



6月の予定献立表



北区立豊川小学校

日付	曜日	こんだてめい	おもなざいりょう(3しょくしょくひんぐん(あか・き・みどり)のぶるい)			えいようか	
			ちやにくになる(あか)	ねつやちからのもとになる(き)	からだのちようしをととのえる(みどり)	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)
3	火	あしたばピラフ ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう とりにく ツナ	こめ パター あぶら	にんにく しょうが たまねぎ にんじん エリンギ あしたば こまつな	644	19.5
		とうにゆうのコーンクリームスープ	ベーコン とうにゆう ゑゆうにゆう なまクリーム	あぶら パター こむぎこ	にんじん たまねぎ コーン パセリ		
		パインゼリー	こなかんでん	さとう	りんごジュース パインかん		
4	水	ごはん かみかみふりかけ ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう かつぶし じゃこ しおこんぶ	こめ しるごま さとう		605	25.5
		やさいのうまに	こうやどうふ ぶたにく あげボール	じゃがいも あぶら こんにやく さとう でんぶん	にんじん だいこん ほししいたけ たけのこ さやいんげん		
		かきたまじる	とりにく たまご	でんぶん	にんじん たまねぎ ねぎ		
5	木	ジャージャーめん ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう ぶたにく とりにく	ちゅうかめん あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	にんにく しょうが ねぎ チンゲンサイ もやし ほししいたけ たけのこ	670	25.9
		わかめスープ	とりにく とうふ わかめ	ごまあぶら	ねぎ		
		こくとうむしパン		くるざとう こむぎこ こめこ ペーキングパウダー あぶら			
6	金	ゆかりごはん ゑゆうにゆう いかのかりんあげ	ぎゆうにゆう いか	こめ こむぎこ でんぶん あぶら さとう	あかしそ しょうが	573	21.5
		シルバーサラダ		マロニー ごまあぶら さとう	もやし にんじん きゅうり		
		あおなとだいこんのすましじる	とうふ		だいこん にんじん こまつな ねぎ		
9	月	シシジューシー ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう ぶたにく こんぶ	こめ あぶら	にんじん	582	23.5
		ゴーヤチャンプルー	ぶたにく とうふ たまご	あぶら	にがうり もやし たまねぎ にら		
		もずくスープ くだもの(れいとうみかん)	もずく	ごまあぶら	しょうが えのきたけ ねぎ オクラ みかん		
10	火	いわしのかばやき ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう いわし	こめ でんぶん あぶら さとう	しょうが	581	21.5
		かみかみあえ			たくあん にんじん きゅうり もやし		
		レタスとコーンのみそじる			レタス たまねぎ にんじん コーン ねぎ		
11	水	ハヤシライス ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう ぶたにく とりにく なまクリーム	こめ パター あぶら デミグラスソース さとう こむぎこ	にんにく セロリ たまねぎ マッシュルーム トマト パセリ	633	19.2
		ゆでやさいサラダ		あぶら さとう	キャベツ にんじん きゅうり コーン たまねぎ しょうが		
		あじさいゼリー	こなかんでん カルビス	さとう	りんごジュース ぶどうジュース		
12	木	ココアトースト ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう	しょくパン パター さとう		596	20.2
		ズッキーニサラダ		さとう オリーブゆ	にんじん コーン ズッキーニ キャベツ きゅうり たまねぎ		
		マカロニのクリームに	とりにく ゑゆうにゆう チーズ なまクリーム	あぶら マカロニ こむぎこ パター	たまねぎ にんじん パセリ		
13	金	ごはん ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう	こめ		556	20.2
		じゃがいものなんばんに	ぶたにく とりにく	じゃがいも こんにやく あぶら さとう	にんじん ごぼう えだまめ		
		もやしとわかめのみそじる	わかめ		もやし にんじん		
		6がつうまれたんじょうんぴおいわいケーキ	たまご ゑゆうにゆう	こむぎこ こめこ ペーキングパウダー パター さとう		158	3
 6月16日～27日は、『豊川給食万博2025』を開催します。お楽しみに★ 							
16	月	きびごはん ゑゆうにゆう さかなのカレーあげ	ぎゆうにゆう メルルーサ	こめ きび でんぶん こめこ あぶら	にんにく しょうが	610	27.2
		くきわかめのきんびら	くきわかめ	あぶら しらたき さとう しるごま	ごぼう にんじん たけのこ		
		ごじる	とりにく あぶらあげ だいず とうにゆう	じゃがいも	にんじん だいこん えのきたけ こまつな		
17	火	ジャンバラヤ ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう とりにく ウィンナー	こめ あぶら	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン トマト	559	18.4
		チキンヌードルスープ	とりにく	あぶら スパゲティ	セロリ にんじん たまねぎ パセリ コーン		
		フルーツヨーグルト	ヨーグルト	さとう	みかんかん パインかん ももかん		
18	水	アマトリチャーナ ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう ベーコン とりにく	スパゲティ あぶら オリーブゆ さとう	にんにく たまねぎ トマト	614	20.2
		イタリアンサラダ		さとう あぶら	キャベツ きゅうり にんじん コーン にんにく		
		キアッキエレ	たまご	こむぎこ あぶら さとう			
19	木	きなこあげパン ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう きなこ	コッペパン あぶら さとう		655	24.3
		さっぱりサラダ		オリーブゆ さとう	キャベツ きゅうり にんじん コーン たまねぎ		
		レンズまめのシチュー	レンズまめ ぶたにく ベーコン とりにく	じゃがいも あぶら	たまねぎ にんじん にんにく トマト パセリ		
20	金	ガパオライス ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう とりにく	こめ あぶら さとう	にんにく たまねぎ あかパプリカ ピーマン バジル	574	23.7
		ヤムウンセン		はるさめ あぶら さとう	にんじん キャベツ きゅうり もやし レモン		
		あつあげとキャベツのスープ	あつあげ	あぶら	にんじん たまねぎ キャベツ にら		
23	月	バエリア ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう とりにく えび いか	こめ パター オリーブゆ	にんにく たまねぎ トマト あかパプリカ さやいんげん	583	21.6
		ソパデアホ	ベーコン いんげんまめ	あぶら	にんにく にんじん たまねぎ キャベツ		
		バスクチーズケーキ	クリームチーズ なまクリーム ぎゆうにゆう たまご	さとう はちみつ こめこ			
24	火	かやくごはん ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう あぶらあげ	こめ あぶら いとこんにやく さとう	ごぼう にんじん ほししいたけ	577	25.9
		きすのてんぶら	きす たまご	でんぶん こむぎこ あぶら			
		にくすい	とうふ ぶたにく あぶらあげ		はくさい にんじん みずな ねぎ		
25	水	かんさいふううどん ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう とりにく あぶらあげ	うどん	にんじん はくさい ほししいたけ ねぎ	549	20.4
		たこやきポテト	たこ たまご あおのり	じゃがいも でんぶん こむぎこ あぶら	ねぎ べにしょうが		
		ごまあえ		しるごま さとう	きゅうり こまつな キャベツ にんじん		
26	木	ビスキュイトースト ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう たまご	しょくパン パター さとう こむぎこ こめこ		543	18.8
		リヨネーズポテト	ベーコン	あぶら じゃがいも	たまねぎ		
		ペーザンヌスープ	とりにく	あぶら	セロリ にんじん たまねぎ コーン キャベツ パセリ		
27	金	ごはん ゑゆうにゆう チキンカツ	ぎゆうにゆう とりにく	こめ こむぎこ パンこ あぶら		611	25.2
		キャベツのあまずあえ		さとう	キャベツ もやし きゅうり		
		せんばじる	さば		だいこん にんじん えのきたけ ねぎ		
30	月	こぎつねごはん ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう とりにく あぶらあげ	こめ あぶら さとう ごまあぶら	にんじん さやいんげん ほししいたけ	605	30.2
		あじのこうみやき	あじ	さとう	にんにく		
		さつまじる	とりにく	あぶら いとこんにやく さつまいも	にんじん だいこん ねぎ		

★天候により、野菜や果物が十分にとれない時などは、給食の献立が変更になる場合があります。
★誕生日給食が始まります。その月が誕生日の人にケーキが出ます。今月は6月生まれです。

